

# 第2次伊勢市 食育推進計画

平成25年度～平成29年度



## 目 次

I 計画策定の趣旨	1	III 前計画の課題と今後のめざす姿	1 1
II 前計画の主な取組状況	2	IV 第2次伊勢市食育推進計画	1 3
1 前計画の概要	2	1 計画の位置づけ	1 3
(1) 計画期間	2	2 計画期間	1 4
(2) 基本理念	2	3 計画の対象	1 4
(3) 施策の体系	2	4 基本理念	1 4
2 これまでの主な取組	3	5 基本方針	1 4
(1) 家庭における食育の推進	3	6 施策の体系	1 5
① 主な取組		7 具体的な施策	1 6
② 評価と課題		(1) 家庭における食育の推進	1 6
(2) 学校・幼稚園・保育所等に おける食育の推進	4	(2) 学校・幼稚園・保育所等 における食育の推進	1 7
① 主な取組		(3) 地域における食育の推進	1 9
② 評価と課題		(4) 地産地消の推進と食文化 の継承	2 1
(3) 地域における食育の推進	5	(5) ライフステージに応じた 食育推進運動の展開	2 3
① 主な取組			
② 評価と課題			
(4) 地産地消の推進	7		
① 主な取組			
② 評価と課題			
(5) 食文化の継承に関する取組	8		
① 主な取組			
② 評価と課題			
(6) 食の安全・安心確保に 関する取組	9		
① 主な取組			
② 評価と課題			
(7) 食育推進運動の展開	9		
① 主な取組			
② 評価と課題			





## I 計画策定の趣旨

近年、食を取りまく環境は、ライフスタイルの多様化等に伴って大きく変化しました。その中で、食を大切にする心や地域の伝統的な食文化が失われつつあります。また、不規則な食事、栄養の偏りなどによる生活習慣病の増加など、食と健康をめぐる様々な問題が指摘されています。

これまで、食については、個人の自由な判断と選択にゆだねられてきました。しかし、食生活が変化するとともに、食に関する情報が氾濫し、食の安全性等が問題になる中で、食について改めて意識を高める必要があります。

食育は、食に関する知識や正しい情報を選択する力を身に付けたり、自然の恩恵や食に関わる人々への感謝、理解を深めたりすることで、一人一人が心身ともに健康な食生活を実践する取組であり、食育の推進には、市民や家庭だけでなく社会全体で取り組んでいくことが必要です。

このような中、国では、「生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的に、平成17年7月に食育基本法を施行し、平成18年3月には、「食育推進基本計画」を策定しました。以来、国民運動として、食育という言葉の周知とともに、食育に関わる様々な取組が進められてきました。

本市においては、食育に関する施策を総合的に推進するため、平成21年3月に「伊勢市食育推進計画」を策定し、市民、関係団体、関係機関、行政が連携して、食育活動等、食育に関する普及啓発を行ってきました。

この度、国の「第2次食育推進基本計画」及び、三重県の「第2次三重県食育推進計画」の策定の趣旨を踏まえ、本市においても食育の一層の推進を図るため「第2次伊勢市食育推進計画」を策定します。

### 食育とは

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることと位置づけています。（食育基本法 前文より）

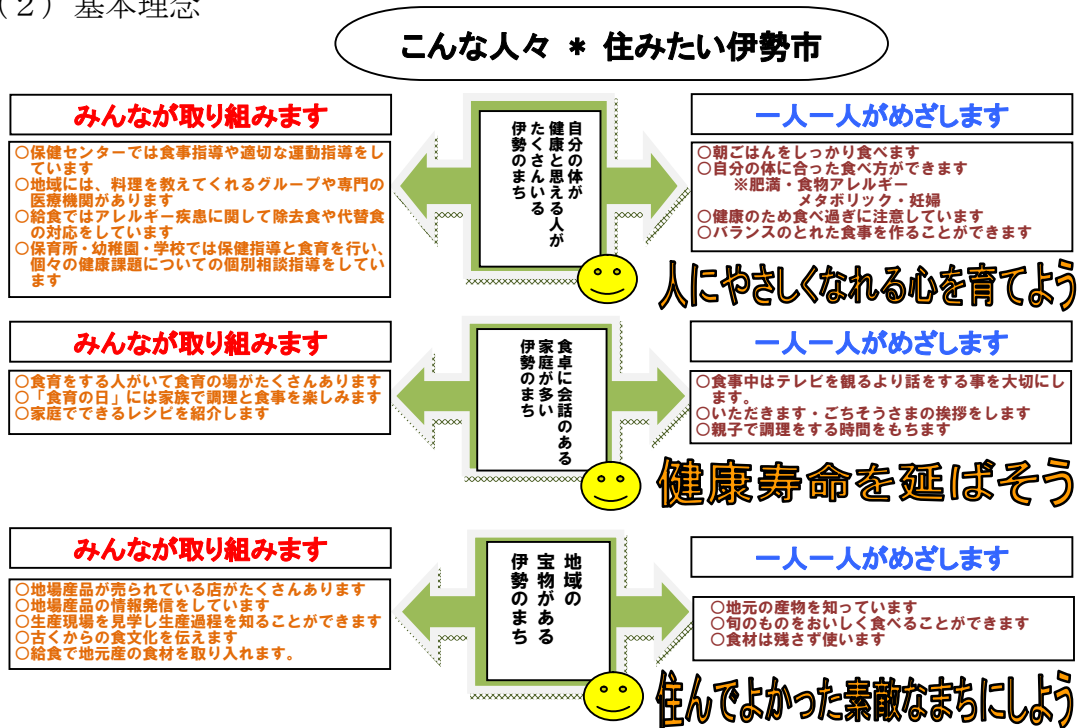


## II 前計画の主な取組状況

### 1 前計画の概要

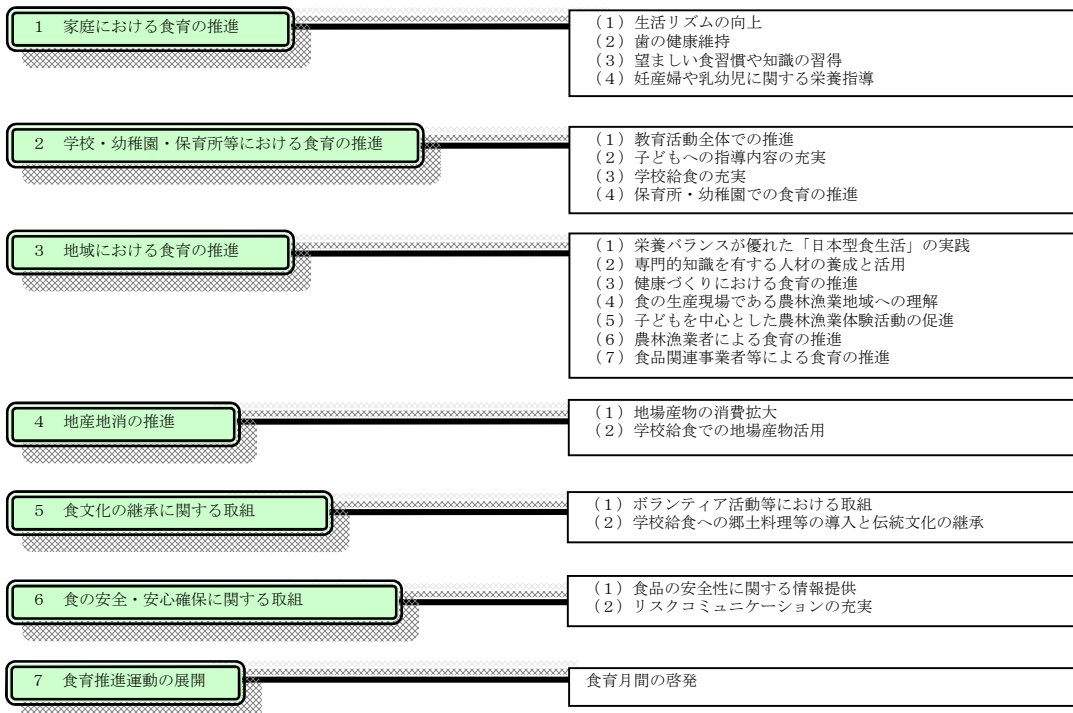
(1) 計画期間 平成21(2009)年度～平成24(2012)年度

### (2) 基本理念



### (3) 施策の体系

#### 具体的な施策の構成図



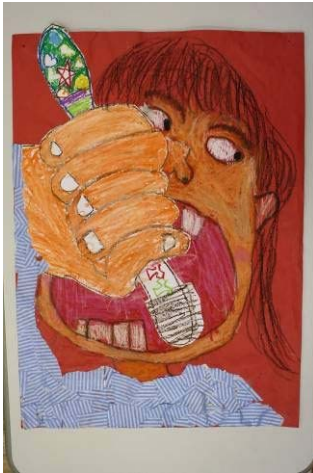
## 2 これまでの主な取組

## (1) 家庭における食育の推進

## ① 主な取組

- ・バランスのよい朝食をとることと、よくかんで食べることの重要性について低カロリー・バランス食レシピでの啓発を進めています。

- ・学校での健康診断結果や生活調査等により児童生徒の状況を把握し、養護教諭や栄養教諭・学校栄養職員等、担任が連携して、個別相談や指導を実施したり保健だよりを通じて保護者への啓発を行ったりしています。



り保健だよりを通じて保護者への啓発を行ったりしています。

- ・歯の健康意識を高め、正しいブラッシングの實踐ができるよう、健康診査やフッ化物塗布の機会を通じて、啓発を進めています。

- ・歯科医師会との共催で歯の衛生週間に「よい歯のコンクール」や「歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール」を実施し、児童生徒の口腔衛生への関心を高め健康維持の推進に取り組んでいます。

- ・調理や食事を通して、家庭での食事を楽しむことができるよう、食生活改善推進員によるヘルスマイト料理講習会を毎月開催しています。

- ・妊産婦や乳幼児の各時期において、教室や相談、健康診査などの機会を通じて、正しい食生活の啓発や相談を実施しています。また、3歳児健康診査では、かみごたえのある手作りおやつを配布し、咀嚼力を育てる大切さと望ましいおやつの啓発を進めています。



- ・子育て支援センターにおいて、幼児のいる家庭向きのレシピの紹介や手作りおやつの調理実習、保育所等の献立レシピの配布、離乳食の試食や相談などを行い、乳幼児期の望ましい食生活についての啓発を進めています。

## ② 評価と課題

すべての世代が健全な食生活を身に付けることができるよう、各ライフステージに応じた教室や相談の場を設けることで、幅広い年代への啓発ができてい

ます。また、フッ化物塗布や健康診査、教室での啓発により、う歯保有率も減少しています。しかし、指標において改善には至っておらず、さらなる啓発の場を拡大しつつ家庭での実践へとつなげていくという課題があります。

【指標①】健康のために食生活に心がけている人の割合の増加

平成19年度	平成24年度	平成24年度目標値	評価
52.1%	51.8%	70.0%	➡

(みんなのまちの計画H24年度アンケート結果から)

・ ➡ は目標達成、 ➡ は改善、 ➡ は改善せず

(2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

① 主な取組

- ・ 保育所等では年間保育計画の中に食育の項目を設け、日々の生活の中で自然に食に関する活動ができるよう、取り組んでいます。
- ・ 幼稚園、小中学校では、食に関する全体指導計画や各学年の年間計画を作成し、より効果的な食に関する指導を推進しています。
- ・ 幼稚園・保育所等では、地域や隣接高校等の支援を受けながら、野菜を育て、調理したり、食したりという体験を通して、食への関心を高める取組を広げています。
- ・ 食育推進事業を実施し、地域の食に関する歴史や地場産物及び地域の人材を活用した教育活動等、子どもの実態や地域の特性を生かした取組を実施しています。また、うましくに伊勢シェフクラブと連携し、シェフをゲストティーチャーに、普段体験できない調理実習も実施しています。
- ・ 小中学校では、児童生徒が考えた献立を給食で提供するなど、給食を生きた教材として活用しています。また、市のホームページに献立表を掲載したり、給食だよりや食育だよりを発行したりするなど、望ましい食生活について保護者への啓発を行っています。



- ・食育担当者や栄養教諭・学校栄養職員等を対象とした食育担当者連絡協議会、給食調理担当者の調理講習会等、子どもの食育に携わる人への研修等を実施しています。
- ・食物アレルギーを有する子どもを把握し、必要に応じて面談を実施しています。また、個々に応じて除去食や代替食などを実施することで、安全な給食を提供しています。

② 評価と課題

様々な体験活動を実施することで、学校と地域のつながり、地域の地場産物への理解、地域の生産者が果たしてきた役割や思いについて理解が深まり教育活動が活性化してきているものの、一方では、時間の確保が難しいという課題があります。

【指標②】

食に関する指導の実施状況評価のAと評価した学校（園）の割合の増加

「A：十分満足できる」 「B：おおむね満足できる」 「C：要改善」

平成19年度	平成24年度	平成24年度目標値	評価
20%	43.9%	50.0%	➡

(平成24年度「食育の推進及び具体的な取組状況調査」結果から)

- ・ ➡ は目標達成、 ➡ は改善、 ➡ は改善せず

(3) 地域における食育の推進

① 主な取組

- ・ 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践の場として、健康文化週間や健康の日を中心に、食生活に関する講座を実施しています。また、低カロリー・バランス食レシピを、食生活改善推進協議会と共同で毎月作成し、市ホームページへの掲載や市内スーパー等で配布をしています。
- ・ 専門的知識を有する人材として、食生活改善推進員等を養成し、その活動の支援をしています。





- ・健康づくりにおける食育の推進として、3歳児健康診査時に保護者である若い世代への健康状態に応じた指導を実施しています。また、高齢者においては、介護予防事業参加者を積極的に個別相談へつなげています。
- ・生活習慣病の予防や低栄養の相談に応じるため、個別の栄養相談を実施しています。
- ・食生活を支える口腔機能の維持向上のため、妊婦から高齢者に至るまでの各ライフステージ別の健康診査や、幼児のフッ化物塗布事業などの歯科保健事業で、う歯予防や歯周病予防についての啓発を実施しています。



- ・地域の漁業者等と連携して水産教室を開催し、小学生を対象に伊勢市の漁業の概要や、あさり・黒海苔等についての講習、あさり漁・海苔すき等の体験実習、水産施設を見学することで、伊勢市の漁村・漁業への興味を高揚させる取組を進めています。

- ・地域の農業者等の協力を得て、小学校が行う食育に関する取組の支援（農業体験等の機会創出）や、親子等を対象にした同様の機会を設け、食の大切さ、食を育む産業である農林水産業の大切さなどについて学ぶ機会を提供しています。



- ・伊勢志摩総合地方卸売市場において、安全・安心な生鮮食料品等の流通の理解とともに、食に興味を持ち食品を選ぶ楽しみ、食べる楽しみを実感できるよう市場見学会を実施しています。

## ② 評価と課題

地域の食育活動実践者や協力者と連携し、食育実践の輪を広げて様々な取組を進めてきていますが、適切な食事内容・量が分からない人の割合の減少においては、目標の達成には至っていないのが現状です。

さらなる啓発や情報提供、体験活動等、ライフステージに応じた食の大切さを実感できる取組を進める必要があります。

【指標③】

自分にとって適切な食事内容・量が分からない人の割合の減少

平成16年度		平成22年度		平成24年度目標値		評価
男	41.0%	男	40.8%	男	36.0%	➡
女	37.1%	女	40.4%	女	30.0%	↘

(伊勢市健康づくり指針H22年度中間評価結果から)

・ ➡ は目標達成、 ➡ は改善、 ↘ は改善せず



(4) 地産地消の推進

① 主な取組

・市内産農林水産物を食材として取り扱う飲食店等を、「伊勢市地産地消の店」として認定し、当該店の地産地消に関わる取組を消費者に周知することにより、市内産農林水産物の消費及び需要の拡大を図る取組を進めています。

- ・ 100%市内産米の米飯給食の実施をめざし、学校給食用米（みえのえみ）の市内での生産拡大を図る取組を進めています。
- ・ 学校給食において、納入業者からの協力を得て、地元食材の使用及び青果物の産地割合を算出し、市のホームページに掲載することで地元食材の活用を推進しています。

② 評価と課題

目標である70店舗には届いていないものの、「伊勢市地産地消の店」認定店も47店舗を数え、極力地物を扱おうとする意識の高い店が増えたことで、消費者が地元の新鮮な食材を手に入れる機会が拡大しましたが、その一方で、例えば産地直売所では、午前中に商品が品切れになるなど、高齢化や担い手不足等による生産供給量が需要を下回っているという課題があります。

また、学校給食用米の生産拡大については、平成21年度から取組をはじめ、生産農家等の協力もあり全量市内産で賄っています。このことは、生産農家にとっても、主流のコシヒカリ一辺倒では作期が集中し、大規模化に支

障をきたすデメリットを、品種を変えて作期を分散することで規模拡大を可能とするメリットがあります。このように、需要と供給の利害が一致した取組は今後も継続が必要です。

【指標④】

地産地消の店認定店の数の増加

平成20年度	平成24年度	平成24年度目標値	評価
17店	47店	70店	➡

(平成24年度実績から)

・ ➡ は目標達成、 ➡ は改善、 ➡ は改善せず

制度創設当時から地産地消の機運醸成に向け、飲食店組合や旅館組合等を通して各店舗に対して周知し、積極的な参加を呼びかけてきましたが、料理等を提供する飲食店等においては、ほぼ年中市内産の食材をメインとする料理を提供するという点が課題となって、認定を希望する店舗が少ない状況です。市内の多くの店舗が新鮮で旬の地物を扱うことが当たり前という意識をもっており、ことさら地産地消をうたうこともないという意見や、市内産という狭い地域を限定しての取組では限界があるといった意見もあります。

また、制度は一種のブランドであり、例えば市内産に限らず近隣産の食材ならOKとすることなど、敷居を低くしても、かえって認定店という信頼・信用を失うことにもつながることから、店舗数を増やすことにやっきになることもないといった意見もあります。

こういった意見も参考にしながら、制度創設の目的である、「伊勢市の農林水産業の活性化・振興」というところから外れることのないよう、地道に取り組んでいく必要があります。

(5) 食文化の継承に関する取組

① 主な取組

- ・伊勢市食生活改善推進協議会により、食文化の普及に関する料理講習会を実施しています。



- ・学校給食では、伊勢うどんやあいませ等地域に伝わる郷土料理や、「節分の日」のふくふく豆等、行事食を提供しています。また、はしの持ち方や使い方、「いただきます」「ごちそうさま」に込められた意味を考えさせるなど、和食の基本的なマナーについて指導しています。



## ② 評価と課題

経験豊富な食生活改善推進員の料理講習会での指導により、伊勢の食文化の普及がなされているものの、中高年の参加者が多いため、若い世代の参加者を増やすという課題があります。

また、地域で古くから作られ、食されてきた特産物等を活用し学校給食で紹介していくことは、一度にたくさんの食材が必要となるため、長期的な計画や納入業者との一層の連携が必要です。

### 【指標⑤】

学校給食の献立で郷土料理・行事食として紹介した数の増加

平成19年度	平成24年度	平成24年度目標値	評価
13食	16食	20食	➡

(平成24年度学校給食献立表から)

- ・ ➡ は目標達成、 ➡➡ は改善、 ➡➡➡ は改善せず

## (6) 食の安全・安心確保に関する取組

### ① 主な取組

- ・「広報いせ」において連載している、「教えて相談員さん!!」のコーナーで食品表示、食品に関する情報を提供しています。
- ・消費生活センターで受けている消費生活相談の中で、食品表示、食品添加物に関すること、アレルギーに関することなどの相談業務を行っています。
- ・学校・保育所等の給食における一層の安全・安心を確保するため、放射性物質の有無や量について、定期的な検査を実施しています。

② 評価と課題

「広報いせ」への掲載や消費生活センターでの消費生活相談の実施により、消費者の食における関心を高め、食品に関しての不安解消につながったものの食に関する多くの情報が氾濫する中、消費者が食に関する正しい情報を正確に理解することが困難な状況も見受けられるという課題があります。

(7) 食育推進運動の展開

① 主な取組

- ・市民一人一人に食育という観念が浸透していくように、また、伊勢市全域で食育を展開するために、それぞれの立場で、それぞれの場所で食育の啓発や普及活動などを進めています。
- ・食と健康に関する講座、地産地消への理解を深めるための生産者と消費者、次世代を担う子どもたちとの交流など、様々な事業を実施することで、食への関心や親しみを持ち、食を考えるきっかけとなる場を提供し、「食育」を広く周知しています。
- ・生活習慣病の予防のための啓発チラシの配布や食に関する情報や講座のお知らせ、学校給食の献立や地場産物の活用状況等を市のホームページに掲載するなど、食育に関わる情報の発信に取り組んでいます。
- ・各種体験活動の機会には、今回の体験が生産者をはじめ多くの人々の協力があって実施できたということ、また、そういった人々に「ありがとう」の気持ちを忘れないでということを伝え、食を育む農林水産業への理解促進に努めています。

② 評価と課題

体験活動を終えた子どもから、感謝の言葉と体験の感想を記した手紙が届くこともあり、これらの取組が食を大切にする気持ちを醸成させることに繋がっていると思われます。今後は、生産者等との「ふれあい」の場を充実させることで、その気持ちを継続させ、高めていくことが大切です。

また、様々な食育推進運動が展開され、食育という言葉が市民の間で広く認知されるようになってきています。今後は、これまでのみんなで行う食育と併せて、家庭での実践、個人での実践につながるような食育運動の展開が必要です。

### Ⅲ 前計画の課題と今後のめざす姿

「Ⅱ 前計画の主な取組状況」でも触れたように、各種団体や事業者などの主体的な取組のもとで、あるいは行政と協働で、ライフステージに応じた様々な食育活動が行われてきましたが、決して十分とは言えず、新たな課題等も見えてきました。

#### 【課題】

#### 1 伊勢らしい食文化の継承・育成

伊勢市は、日本書紀に『可憐国（うましくに）』と記述されたように、美しい自然や食物などの地域資源が豊富であり、神宮鎮座のまちとしてたくさんの人々が訪れるまちです。長い歴史の中でその調理法が伝えられ、本市を訪れる人々をもてなし、受け継がれてきた伝統料理があります。

食は、生活の基盤でそこに暮らす人々の健康を育んできています。その地でとれる旬の食材や風土にあった料理を食することの大切さを知り、食文化を引き継いでいくことが必要です。

#### 2 食への関心と正しい食生活

子どもの時から、料理や農林漁業の体験を通して食への関心や理解を深め、食の大切さを学ぶことが重要です。また、偏食や食べ過ぎを防ぎ、健康な体をつくるためには、規則正しい食習慣を身に付けることが大切です。

#### 3 生活習慣病等の予防・改善

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）や糖尿病などの生活習慣病、高齢者の低栄養などの予防・改善に向け、子どもから成人、高齢者に至るまでライフステージに応じた適切な食育を進めていくことが必要です。

#### 4 地産地消の推進

直売施設など、比較的容易に地場産物を入手できる環境が整う中、生産者と事業者等との連携を密にした、地産地消のより一層の取組が求められています。

#### 5 食の安全・安心

食に関する多くの情報が氾濫する中、消費者が食に関する正しい情報を正確に理解できるようなくみや、食の安全性に関する正しい知識についての普及・啓発が必要です。

## 6 総合的な食育推進体制の構築

学校、幼稚園、保育所等、職場、飲食店や小売店、農家、食品製造業、大学、市民活動団体など、食育に関して様々な取組が行われています。また、市内においても様々な課で食育に関する取組が行われています。

これらの食育に関する取組に横のつながりを持たせ、各主体が連携・協働し、総合的に食育を推進する体制の充実を図っていく必要があります。

### 【めざす姿】

食育は、一人ひとりがその大切さを理解し、日常生活の中で自らが実践し、生涯にわたって続けていくことが大切です。

また、それを実現していくためには、地域社会の中で食育が根ざす環境やしぐみを整備していく必要があります。

これらを踏まえて引き続き食育に取り組むこととし、その推進の核となる第2次伊勢市食育推進計画を策定することとします。

### <豆知識>

食と健康の深い関係をあらわす言葉があります。

#### いしょくどうげん 「医食同源」

「食生活がきちんとしていけば健康でいられる」ということ。

#### しんどふじ 「身土不二」

「身体（身）と環境（土）とは不可分（不二）である」ということで、「身体と大地は一元一体であり、人間も環境の産物で、暑い地域や季節には陰性の作物がとれ、逆に寒い地域や季節には陽性の作物がとれる。暮らす土地において季節のものを常食することで身体は環境に調和する」というものである。

#### うましくに 「可憐国」の由来

文献では、「日本書紀」巻六 垂仁天皇25年3月の条、天照大神の祭・

（天照大神をお・りする宮地を探す）を倭姫命に託した次の一節に初見されます。

【日本書紀原文】 是神風伊勢国則常世之浪重浪帰国也、傍国可憐国也。欲居是国。

【意味】 この神風の伊勢国は、常世の波がしきりに打ち寄せる国である。

大和の傍らにある国で、美しいよい国である。この国におりたいと思う。

（と伊勢の地まで来られた倭姫命に天照大神が告げられました。）

伊勢市の観光 PR キャラクター  
「はなてらすちゃん」



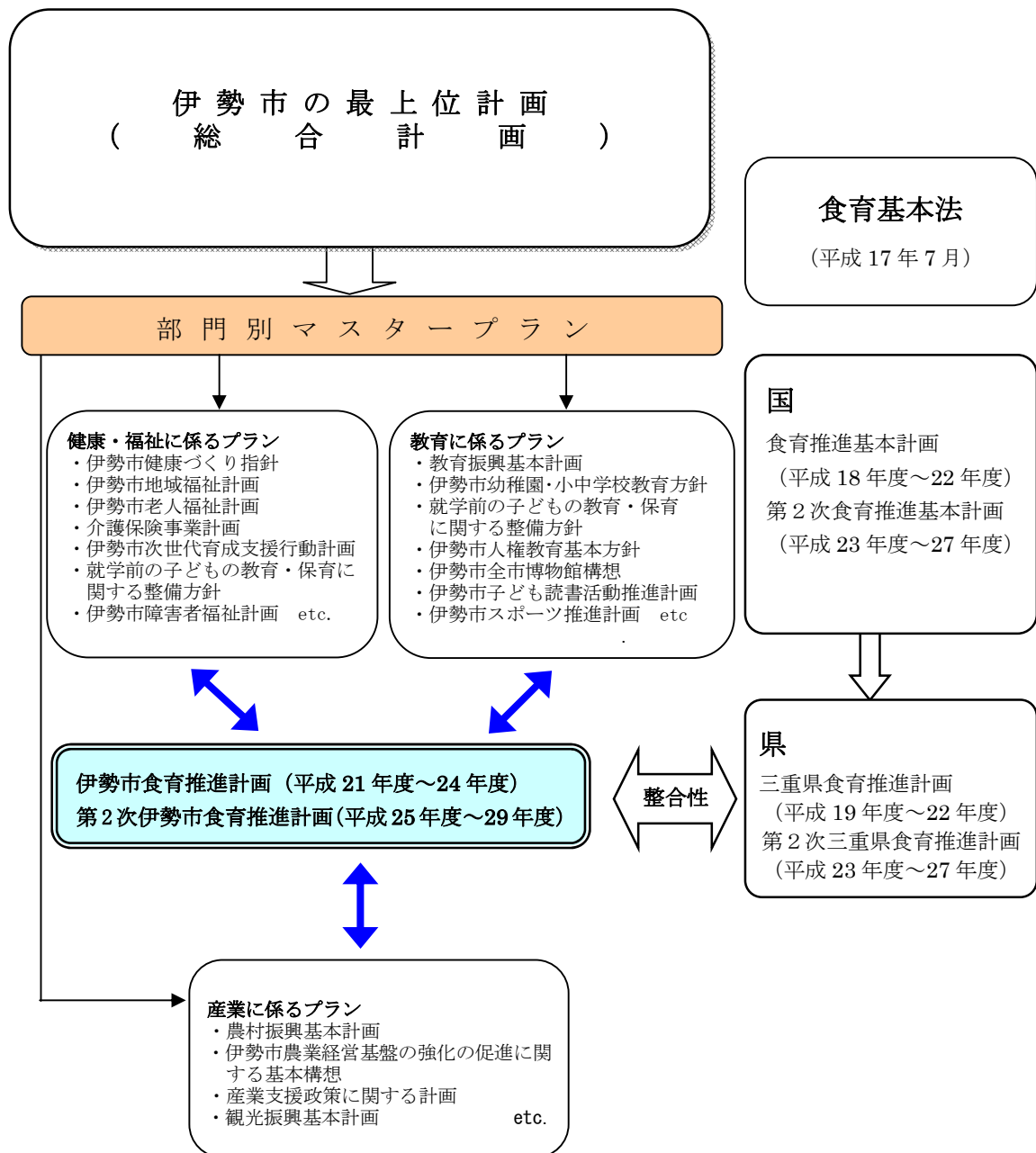
〔参考：三重県史Q&A（三重県文化振興室県史編さんグループ ホームページ）〕

## IV 第2次伊勢市食育推進計画

### 1 計画の位置づけ

この計画は、平成21年3月に策定した前計画（伊勢市食育推進計画）を引き継ぐ計画であり、前計画と同様に食育基本法の目的・基本理念をふまえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置づけます。

また、本市における関連計画等との整合性を図るとともに連携しながら、食育の取組を効果的に推進していきます。





2 計画期間

平成25（2013）年度～平成29（2017）年度

3 計画の対象

すべての市民及び関係団体等

4 基本理念

**こんな人々・住みたい伊勢市**

「自分の体が健康と思える人がたくさんいる伊勢のまち」

「食卓に会話のある家庭が多い伊勢のまち」

「地域の宝物がある伊勢のまち」

5 基本方針

① ライフステージに応じた生涯にわたる食育の推進

食は命の源であり、健康で豊かな生活を送るためには欠かせないものです。そのため、市民一人一人が、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進することが重要です。そこで、子どもから成人、高齢者に至るまで、ライフステージに応じた望ましい食生活について情報提供を行うとともに、関係する機関・団体が連携して、学習の機会を設定し食育を推進していきます。なお、家庭の様態の多様化、社会的あるいは経済的環境要因、高齢化等により、健全な食生活を実現することが困難な方にも個人に応じた食育を推進します。

② 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進

現在、国において生活習慣病が死因の約6割を占め、国民医療費についても約3割と、その予防及び改善は国民的課題となっています。特に内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）や糖尿病の増加が顕著に見られ、食生活の改善が重要な課題であることから、生活習慣病の予防改善につながる食育を推進します。

③ 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

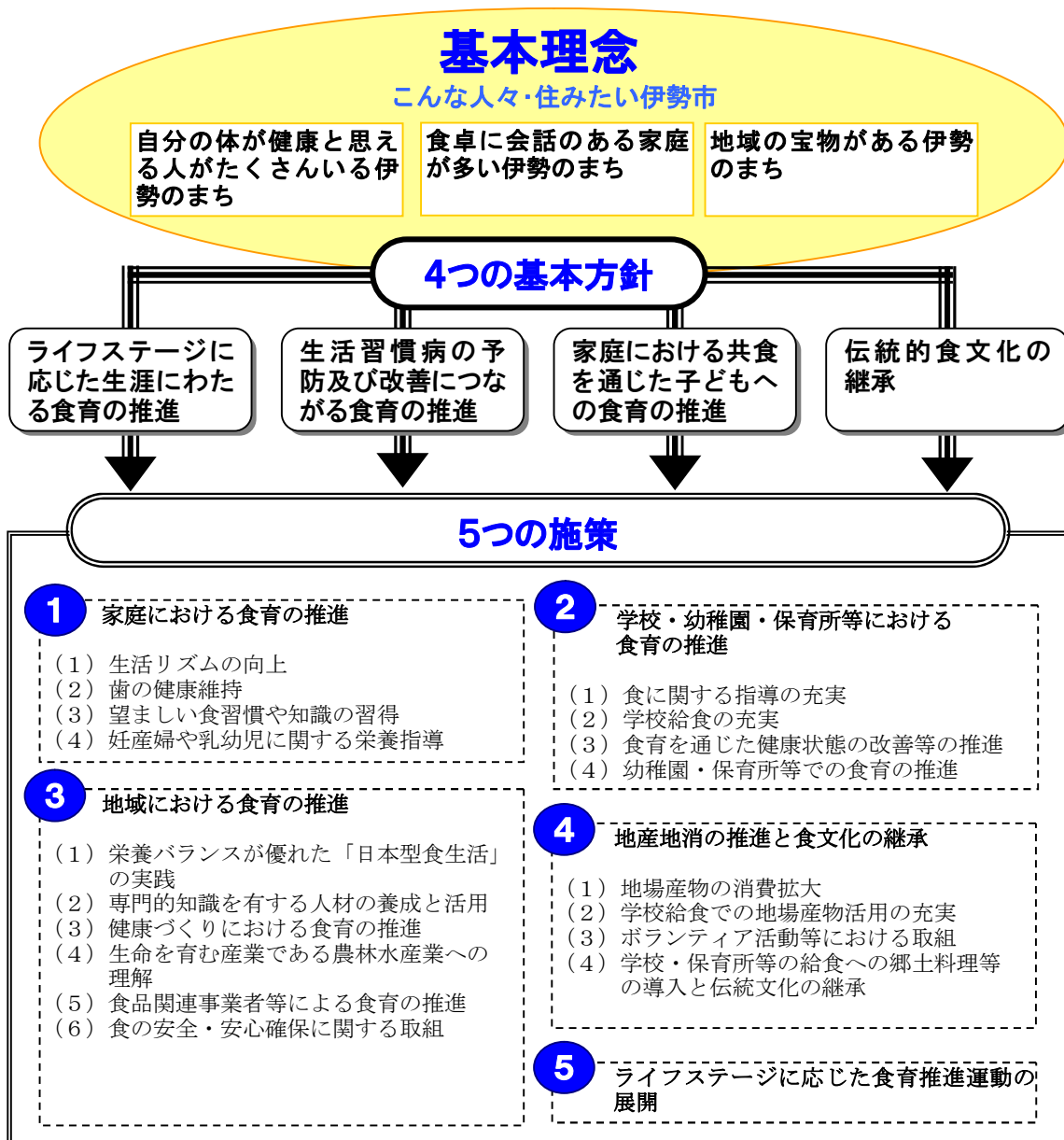
家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食は、食育の原点であり、子どもへの食育を推進していく大切な時間と場であると認識しています。会話を通して、子どもたちは、食事の楽しさを知り、年長者の姿から行儀作法を学び、栄養バランスなど適切な食のあり方をはじめ、多くの人々に支えられている食への理解と感謝の念が育つと考えられます。また、子どものころに身に付けた健全な食習慣は、生涯にわたって健全

な心身を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となることから、家庭における共食への理解と実践の促進を図ります。

④ 伝統的食文化の継承

旬の地域産物を活用した伝統料理など地域文化として次の世代に伝えていくことは大切です。先人から受け継いだ文化が途切れることのないよう、地域での講習会開催や学校教育において児童・生徒に地域文化を学習させることが必要です。地産地消の取組と関連させながら、これまで培ってきた食文化の維持・継承を推進します。

6 施策の体系



## 7 具体的な施策

### (1) 家庭における食育の推進

食生活の知識や文化等は、家庭において世代を超えて受け継がれてきました。

家庭は、食に関するマナーや知識を学ぶ場であり、生涯を健康で過ごせるよう、正しい食生活を身につける場でもあります。

また、家族や仲間とともに食事をする機会を増やし、食事を楽しむことを通してコミュニケーションの輪を広げる場としての役割もあります。

このことから、家庭を食に対する関心を高め健全な食習慣を確立するための場として位置づけ、子どもから高齢者までのすべての世代が望ましい食生活が実践できるよう、取組を行います。

#### ① 生活リズムの向上

- 家族が規則正しい生活リズムを身に付けるため、「早寝、早起き、朝ごはん」の運動を学校、幼稚園、保育所等、地域や企業と連携しながら進めます。
- より多くの市民がバランスのよい朝食を食べることができるよう、簡単にバランスの取れた朝食レシピなどの情報提供をします。

#### ② 歯の健康維持

- 家庭で歯の健康意識を高め、正しいブラッシングを実践できるよう、保護者にむけた啓発をします。
- <sup>そしゃくりょく</sup>咀嚼力を育てるために、日頃から「かみごたえ」のある食材を選ぶことや「かみごたえ」がでるように調理法も工夫し、よくかんで食べる習慣を身に付けるよう、講習会等を実施します。
  - ※<sup>そしゃく</sup>咀嚼：口に入れた食べ物を十分消化できるようによくかむこと。
  - ※「かみごたえ」は、食材の切り方、加熱、水分量、素材の組み合わせでも変わり、かむ回数がアップします。

(食育に関するパンフレット 三重県歯科医師会)

#### ③ 望ましい食習慣や知識の習得

- 料理を通して、家庭での食事や団らんを楽しむことができるよう、親子料理教室や家庭料理教室への参加を呼びかけます。
- 共食の大切さを市民に PR し、家族や友人と一緒に食卓を囲む機会増加に取り組めます。

## ④妊産婦や乳幼児期に関する栄養指導

- 妊娠期を健康に過ごすために、母子健康手帳交付時や相談により正しい食生活の啓発を行うとともに、貧血を予防するレシピを配布します。
- 乳児期においては、離乳食教室や子育て相談などにより発育・発達に応じた栄養指導を継続して行います。
- 幼児期においては、月齢に応じた正しい食習慣についての保健指導、偏食やアレルギー等の心配事に対する個別の栄養相談を継続して行います。

## 【指標①】

## 毎朝朝食を食べている児童生徒の割合の増加

※小学校6年生、中学校3年生に実施した全国学力・学習調査の児童生徒質問紙で

「朝食を毎日食べていますか」という質問項目のうち「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」という肯定的な回答をしている子どもの割合を指標とします。

現状値（平成24年度）	目標値（平成29年度）
小学校94.2%	小学校98.0%
中学校93.9%	中学校95.0%

## (2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

社会状況の変化に伴い、子どもたちの食の乱れや健康への影響がみられることから、学校・幼稚園・保育所等は、子どもの健全な育成に重要な役割を担っています。そのため子どもたちが、食に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、望ましい食習慣を形成していくことや、生産体験など様々な経験を通して、食の大切さや食に関わる人々に感謝の気持ちを持つなど、豊かな感情を育んでいけるよう、関係者はあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努める必要があります。小学校及び中学校においては、学習指導要領の総則に「学校における食育の推進」が明記され、各教科でも食育に関する記述が充実されました。さらに、幼稚園教育要領、保育所保育指針においても、食育に関する記述が充実されました。これらを踏まえ、教育・保育全体を通じた食育の推進に努めていきます。また、子どもへの食育は家庭の食育への良き波及効果が期待できることから、家庭や地域と一層連携を深め、適切な取組を行っていきます。

① 食に関する指導の充実

- 子どもたちが食について計画的に学ぶことができるよう、校長のリーダーシップのもと、栄養教諭・学校栄養職員等や食育担当者を中心とした教職員の連携・協力による食に関する指導計画を作成し、より効果的な指導を推進します。
- 各教科、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等の学校教育活動全体を通じて、食に関する指導に必要な時間を確保し、子どもの実態や地域の特性を生かし、工夫した取組を行います。
- 栄養教諭・学校栄養職員等の専門性を生かした食に関する指導を一層進めるとともに、各学校における指導の充実を図るための研修等を実施します。
- 地域の生産者団体等と連携し、農林漁業体験、食品の流通や調理に関する体験、食品廃棄物の再生利用等に関する体験等、子どもたちの様々な体験活動を進めます。
- 食材を大切にし、残さず食べるように指導します。
- 学校からのたよりによる情報発信や各種行事を通じた食育の啓発を行います。

② 学校給食の充実

- 学校給食を「生きた教材」として、子どもが食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付けることができるよう活用を図ります。
- 栄養バランスの取れた献立を工夫し、学校給食等の献立に関する情報を子どもたちと保護者に発信します。
- 伊勢市教育委員会が作成した「学校におけるアレルギー疾患の手引き」をもとに、食物アレルギーを有する子どもの実態を把握し、個別的な相談指導や子どもの食の安全管理のための除去食・代替食対応を充実させます。

③ 食育を通じた健康状態の改善等の推進

- 栄養教諭・学校栄養職員等をはじめ、学級担任や養護教諭、学校医等が連携して、偏食傾向、肥満傾向等のある子どもとその保護者への個別的な相談指導を推進します。

## ④ 幼稚園・保育所等での食育の推進

- 保育所等での手作りの給食を通じて、乳幼児からの望ましい食習慣を直接子どもやその保護者へ伝えられるよう、様々な手段で働きかけます。
- 自然の恵みとしての食材料や、それを育て、調理し、食事を整えてくれた人への感謝の気持ち、命を大切にする気持ちを育むよう指導し、食と命の関わりなどを実感したり、体験したりできる環境を整えます。
- 保護者会や講演会をとおして、食育についての大切さを保護者に伝え、理解と協力を求めています。
- 保育所等や子育て支援センターにおいて、給食献立表や子ども向けおやつレシピなどを配布し、保護者への食育に関する情報提供につなげます。

## 【指標②】

食に関する指導の実施状況評価のAと評価した学校（園）の割合の増加

※学校・幼稚園・保育所等の「食に関する指導」の実施状況についての自己評価で「A 十分満足できる」と答えた小中学校や幼稚園・保育所等の数を指標とします。（保育所等は、平成25年度から自己評価を実施します。）

## ※評価基準

「発達段階に応じ、食に関する正しい知識を身に付け、望ましい食生活を実践できるよう、学校・幼稚園・保育所等の教育・保育活動全体を通して取り組んでいる。」

「A：十分満足できる」 「B：おおむね満足できる」 「C：要改善」

現状値（平成24年度）	目標値（平成29年度）
43.9%	50.0%

## (3) 地域における食育の推進

すべての市民が、安心して生涯を健康で過ごすためには、一人一人が自分の健康状態に応じて、食生活の改善や運動などの健康づくりを実践していくことが重要です。

食育は、一人一人が、それぞれのライフステージを通じて、生活習慣病の予防及び改善に継続して取り組んでいく必要があります。そこで、家庭や学校、幼稚園、保育所、生産者、地域などが協働して、実践方法等の啓発や情報提供、地域の人材や組織の育成、関係者のネットワークを推進し、食育実践の輪を広げるよう取組を行います。

また、食育を推進していくことで、生命の源となる食を育む産業である農林水産業が、人々の暮らしに深く根ざして、地域の発展に貢献してきたことや私たちの生活に密接な繋がりをもっていることに気づき、ともすれば忘れがちな農林水産業への感謝の気持ちや理解を深める取組を推進します。

さらには、消費者が正しい知識を持ち、一人一人が食の安心・安全を意識して行動することができるような取組を進めます。

(農業は、「agriculture」「agri - culture」「culture : 文化」を表す)

- ① 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
  - ごはんを主食とし、魚や肉、卵、豆類、野菜、海藻、果物、乳製品などの多彩な食品を組み合わせた「日本型食生活」の実践を推進します。
- ② 専門的知識を有する人材の養成と活用
  - 地域で活動する食生活改善推進員等の養成と活動の活性化を支援します。
- ③ 健康づくりにおける食育の推進
  - 生活習慣病の予防を図るため、年代やライフスタイル、健康状態に応じた食生活の指導を実施します。
  - 適正体重の維持を目指し、適正量の啓発を強化します。
  - 高齢者における介護予防を図るため、低栄養を予防し良好な栄養状態を保てるよう、望ましい食生活についての啓発を行います。
  - 食生活を支える口腔機能の維持向上のため、健康診査や幼児のフッ化物塗布事業など歯科保健事業を継続するとともに、食べ方についての啓発を行います。
- ④ 生命を育む産業である農林水産業への理解
  - 農林漁業やその地域に対する理解を深め、自然の恵みに対する感謝の気持ちや、環境保全の重要性の認識を高めるため、豊かな食材を育む農地や山・海に触れたり、様々な体験ができる機会を生産者等と連携して開催します。
  - 食材を育む農地・山・海等の自然を守り、農林漁業地域の環境保全への取組を支援します。

- ⑤ 食品関連事業者等による食育の推進
- 食育の推進を担う卸売市場の役割を広く市民に周知するため、市場見学会の拡充を検討するとともに必要な情報の提供等に努めていきます。
- ⑥ 食品の安全・安心確保に関する取組
- 食の安全・安心に関する情報提供の内容を充実させていくとともに、消費者からの食に関する相談業務も継続して取り組んでいきます。
  - 消費者・食品関連事業者・行政などが正確な情報を共有するために相互間のネットワークの充実にも努めていきます。
  - 学校・保育所等の給食における一層の安全・安心を確保することから、必要に応じて放射性物質の有無や量について検査を行います。

【指標③】 自分にとって適切な食事内容・量が分からない人の割合の減少

※ 健康づくり指針における「適正量が分からない人」の割合を指標とします。

現状値（平成22年度）	目標値（平成29年度）
40.5%	30.0%

（4） 地産地消の推進と食文化の継承

地産地消は、地域で生産される農林水産物への理解を深め、地域の活性化や環境の保全、健康的な食生活への意識向上等につなげることを目指して展開しており、食育と表裏一体の関係があります。

双方の取組の相乗効果を期待するためにも一体的に行い、地元食材の生産拡大と積極的な利用を促進し、食に対する関心を高めます。また、これらの取組により食の安全・安心などへの関心を高めるとともに、消費者と生産者との交流を深めることで、地域の特色ある食文化の継承や理解を促進し、食や食に関わる人たちへの感謝の念や旬の食材を知ることにもつなげていきます。

- ① 地場産物の消費拡大
- 需要に見合った新鮮な農林水産物を提供できるよう、農林漁業者の生産拡大に向けた取組を支援します。
  - 本市の特産物や地場産物を PR し、消費拡大を図ります。
  - 伊勢市地産地消の店認定制度を継続し、積極的に市内産食材を扱う店の増加を図るとともに、直売店などの認定店で旬の食材を使った「低カロリー



「バランス食レシピ」を提供するなど、関係各課等とも連携しながら消費者の関心を高め、消費拡大に努めます。

② 学校給食での地場産物活用の充実

- 学校と地元生産者が連携を図り、学校給食の食材については、できる限り伊勢近郊産や三重県産のものを使用していきます。また、青果物の産地割合を算出し、市のホームページに掲載することで、市民に地産地消への意識を高めます。

③ ボランティア活動等における取組

- 伊勢市食生活改善推進協議会等が行う食文化の普及に関する取組を支援します。

④ 学校・保育所等の給食への郷土料理等の導入と伝統文化の継承

- 古くから伝わる季節の行事食や郷土料理を献立に取り入れ、子どもや保護者に献立表や給食だより、給食展示等で積極的に情報発信を行います。また、「むし歯予防デー給食」や「きらり目給食」など、それぞれの行事にちなんだ献立の工夫も行っていきます。
- 配膳の仕方や箸の使い方、あいさつや正しい姿勢など、和食の基本的なマナーを身に付けるよう、給食の時間等を活用しながら、継続的に指導していきます。

【指標④】 学校給食における地場産物を使用した割合の増加

※ 三重県産の食材を地場産物とし、食材数を基本に計算した割合を指標とします。

参考 平成27年度目標値 国の指標 30% 三重県の指標 40%

現状値（平成23年度）	目標値（平成29年度）
41.2%	43.0%

【指標⑤】 学校給食の献立で行事食・郷土料理として紹介した数の増加

※ 1年間の献立のうち、行事食や郷土料理を取り入れ、紹介する献立数を指標とします。

行事食には、学校行事に関わる献立も含めます。

現状値（平成24年度）	目標値（平成29年度）
16食	22食

(5) ライフステージに応じた食育推進運動の展開

「食育」という観念の歴史は浅く、「食育」という言葉の周知は図られたものの、十分に浸透しているとはいえません。伊勢市全体で各ライフステージに応じた食育推進事業を実施し、市民一人一人が、生涯にわたる心身ともに健やかな生活の実現をめざして、食育を実践できるよう食育推進運動を展開します。

① ライフステージに応じた食育推進事業

	妊婦期	乳児期 (1歳未満)	幼児期 (1～5歳児)	学齢期 (6～15歳)	青年期 (16歳～29歳)	壮年期 (30～64歳)	高齢期 (65歳以上)
啓発事業			<ul style="list-style-type: none"> <li>☆保育所給食の情報発信                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◆食育推進事業</li> <li>◆給食たよりの情報発信・給食献立表の市ホームページへの掲載</li> </ul> </li> <li>◆PTA連合会による情報発信・講座</li> <li>◆△夏休み親子施設見学(中学校共同調理場・市場)</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>★健康文化都市推進事業(低カロリー・バランス食レシピ)</li> <li>★ヘルスメイト料理講習会</li> </ul>	
栄養指導		<ul style="list-style-type: none"> <li>★離乳食教室</li> <li>★乳幼児健康診査を通じた指導 (4か月、10か月、1歳6か月、3歳)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>◆学校給食を通じた指導</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>★栄養改善事業(高齢者の低栄養改善)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>★乳幼児訪問指導</li> <li>★☆子育て相談</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>☆◆個別相談指導</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>★栄養相談</li> </ul>
健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>★妊婦健診</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>★乳幼児健康診査 (4か月、10か月、1歳6か月、3歳)</li> </ul>					<ul style="list-style-type: none"> <li>★特定保健指導</li> </ul>
歯科検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>★妊婦歯科検診</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>★乳幼児歯科保健事業</li> <li>☆◆歯科検診</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>★歯周疾患健診</li> <li>★高齢者口腔総合健康診査</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>★◆親子のよい歯のコンクール、図画ポスターコンクール</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>★口腔機能向上事業</li> </ul>
食文化の継承			<ul style="list-style-type: none"> <li>☆◆行事食や郷土料理</li> <li>☆◆食事のマナー・挨拶の日常的指導</li> <li>☆◆親子料理教室</li> </ul>				
産業振興				<ul style="list-style-type: none"> <li>◆職場体験学習</li> <li>▲農業体験学習会</li> <li>▲水産教室の開催</li> </ul>			
				<ul style="list-style-type: none"> <li>▲地場産品の啓発</li> <li>▲△産直市</li> <li>▲地産地消の店 認定制度</li> </ul>			

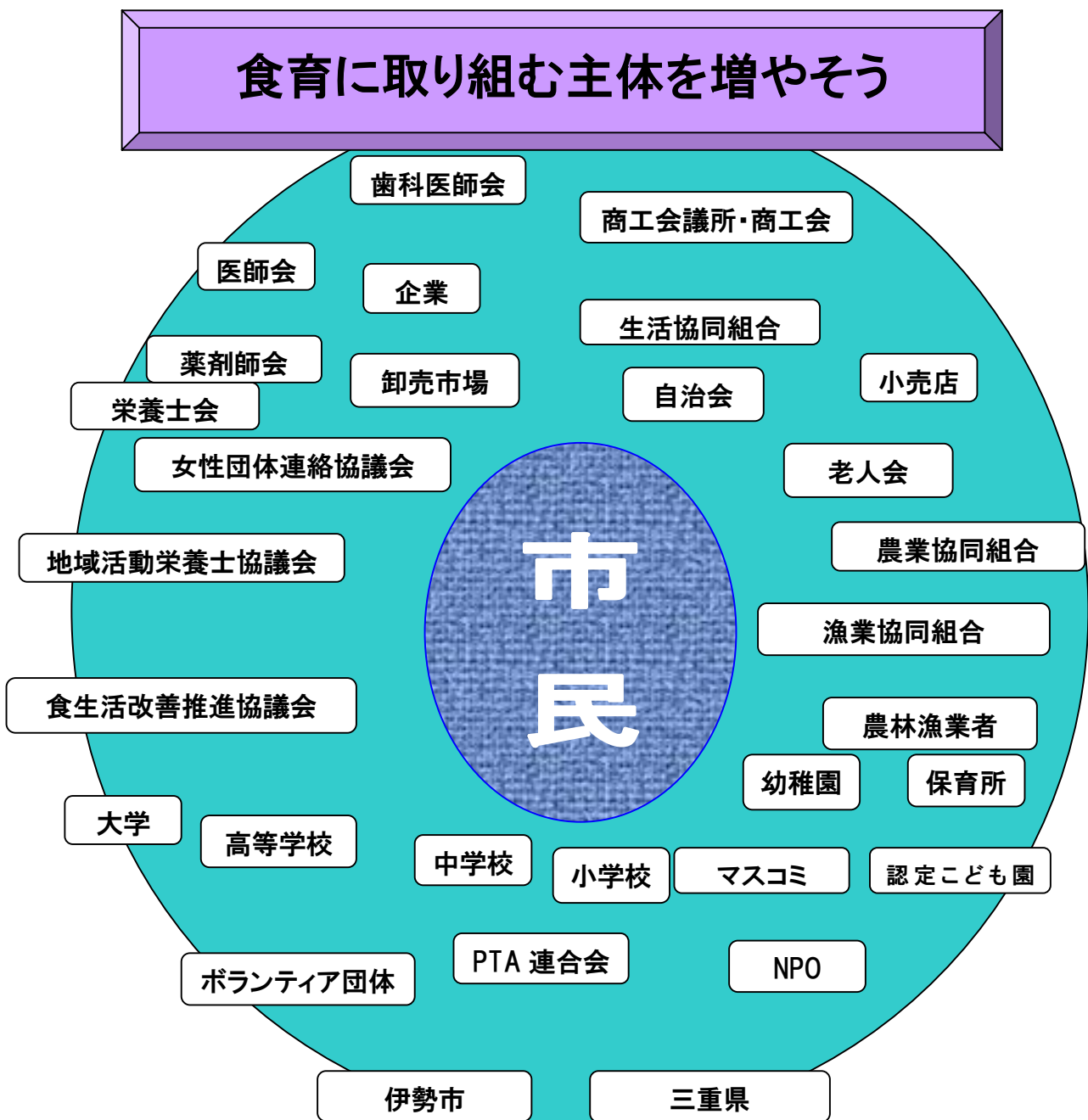
《お問い合わせ先》

- ★健康課 27-2435
- ☆こども課 21-5579
- △商工労政課 21-5512
- ▲農林水産課 22-0370
- ◆学校教育課 22-7882

② 食育に取り組む主体づくり

伊勢市全域で食育推進について主体的に考え、取り組む市民を増やしていくために、市のホームページや広報を通じて食育に関する情報やイベント等を紹介していきます。

また、毎年、6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」を、普及・啓発し、食育イベントの実施や、パンフレット等による情報発信を行い、市民に食育を意識する機会を提供し、市民一人一人の実践につなげていきます。



## 第2次伊勢市食育推進計画

平成25年3月

監修 土井 喜美子  
(三重中京大学)

発行

健康福祉部	健康課	0596-27-2435
	こども課	0596-21-5579
産業観光部	商工労政課	0596-21-5512
	農林水産課	0596-22-0370
教育委員会事務局	学校教育課	0596-22-7882